

# 2024年5月予定献立表

緑丘保育園

曜	日	昼食	材料名	0,1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食
月	13	鮭の塩焼き	生鮭・海水塩	別皿とろみつき	フルーツ蒸しパン	きなこおにぎり	煮込みうどん
	27	キャベツときゅうりの浅漬け ふりかけごはん えのきと玉葱の味噌汁	キャベツ・きゅうり・にんじん・海水塩 精白米・胚芽米・ふりかけ(卵なし) えのき・玉葱・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	野菜やわらかくゆでる	薄力粉・ベーキングパウダー・卵・牛乳・素精糖・全粒粉・豆乳・みかん缶・パイナップル缶・干しぶどう くだもの・牛乳	精白米・胚芽米・きなこ・上白糖・海水塩 麦茶	干しうどん・豚肉・ごぼう・はくさい・長葱・にんじん・椎茸・青菜・酒・味噌・かつおだし くだもの
火	14	さわらの味噌マヨネーズ焼き	さわら・酒・にんじん・ピーマン・マヨネーズ・味噌	別皿とろみつき	マカロニラザニア風	わかめおにぎり	茹で豚コマソース・大豆煮
	28	切干大根煮 ごはん 麩とふのりの味噌汁	切干大根・いんじん・干し椎茸・油揚げ・いんげん・なたね油・素精糖・醤油・みりん 精白米・胚芽米 麩・ふのり・青のり・万能ねぎ・煮干し・かつおだし・味噌	野菜やわらかくゆでる	マカロニ・豚ひき・玉葱・にんじん・グリーンピース・バター・トマトピューレ・薄力粉・かつおだし・海水塩・パン粉・チーズ	精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	豚肉・キャベツ きゅうり・ごま・素精糖・味噌・大豆・にんじん・醤油
水	1	肉みそ豆腐	豚ひき・玉葱・かつおだし・パン粉・卵・海水塩・米酢・素精糖・醤油・ケチャップ・片栗粉		1日、15日防災食アレンジメニュー	焼肉おにぎり	魚のトマト煮・かぶとわかめの酢の物
	15	5色和え	だいこん・きゅうり・にんじん・油揚げ・塩蔵わかめ・ごま・米酢・醤油・海水塩	野菜やわらかくゆでる	あんクリームチーズラスク・野菜ジュース	精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・清酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま	魚 薄力粉・たまねぎ・かぶ・わかめ・ホールトマト・素精糖・海水塩
	29	ごはん 春野菜の味噌汁	精白米・胚芽米 キャベツ・じゃが芋・にんじん・青菜・煮干し・味噌・かつおだし		29日クリームチーズラスク	海水塩	
木	16	肉団子の甘酢あん	ぶり・醤油・酒・みりん	野菜やわらかくゆでる	くだもの・牛乳	麦茶	焼肉ごはん・スープ
	30	かぶのサラダ ごはん ニラスープ	かぶ・かぶの葉・きゅうり・ほたて缶・マヨネーズ・海水塩 精白米・胚芽米 ニラ・玉葱・えのき・青菜・海水塩・醤油・片栗粉・かつおだし・こんぶだし		やきいも	ゆかりおにぎり	魚のみそ焼き・大根の中華和え
金	17	チキンカレー	精白米・胚芽米・鶏肉・じゃがいも・玉葱・人参・ピーマン・しめじ・なたね油・海水塩・バター・薄力粉・カレー粉・醤油・ウスターソース・ケチャップ・牛乳	ひき肉	納豆ごはん	おかかおにぎり	ホークオニオンソテー・大根のそぼろ煮
	31	アスパラごま和え 豆腐とわかめの味噌汁	アスパラ・にんじん・ごま・素精糖・醤油・かつおだし 豆腐・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	野菜やわらかくゆでる	精白米・胚芽米・納豆・豚ひき・長葱・なたね油・味噌・醤油 くだもの・牛乳	精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりごま 焼き海苔	豚肉・たまねぎ・だいこん・みりん・醤油・素精糖
土	18	肉うどん	干しうどん・かつおだし・長葱・豚もも・万能ねぎ・味噌	野菜やわらかくゆでる	ラスク	麦茶	おかかおにぎり・すまし汁
		アスパラポテトサラダ ゼリー	じゃがいも・にんじん・マヨネーズ・海水塩・⑥きゅうり・⑩アスパラ 100%ストレートジュース・素精糖・アガー		パン・バター・素精糖		
月(木)	2	かじきの焼肉だれ	かじき・薄力粉・片栗粉・なたね油・にんにく・醤油・みりん・素精糖・ごま油・ごま	別皿とろみつき	くだもの・牛乳・一口チーズ	きなこおにぎり	きつねうどん・くだもの
	20	五目金平 ごはん ニラと豆腐の味噌汁	れんこん・にんじん・ごぼう・ピーマン・糸こんにゃく・ごま・菜種油・素精糖・みりん・醤油 精白米・胚芽米 ニラ・玉葱・豆腐・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	野菜やわらかくゆでる	きなこキャラメル麩	精白米・胚芽米・きなこ・上白糖・海水塩	鶏肉・油揚げ・にんじん・しいたけ・キャベツ・ほうれんそう・じゃがいも・きゅうり 醤油・酒・海水塩・マヨネーズ・なたね油
火	7	ぶりの南部焼き	ぶり・醤油・ごま・みりん	別皿とろみつき	かやくごはん	わかめおにぎり	マーボ豆腐・大根サラダ
	21	肉じゃが ごはん キャベツとアスパラの味噌汁	豚ひき・じゃが芋・玉葱・にんじん・白滝・絹さや・素精糖・酒・醤油・なたね油 精白米・胚芽米 キャベツ・にんじん・アスパラ・味噌・煮干し・かつおだし	野菜やわらかくゆでる	精白米・胚芽米・にんじん・ごぼう・油揚げ・こんにゃく 干し椎茸・醤油・海水塩・みりん くだもの・牛乳	精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	豆腐・豚ひき・長葱・ニラ・にんじん・ごま油・にんにく・生姜・味噌・醤油・素精糖・片栗粉 だいこん・きゅうり・にんじん・海水塩・素精糖・米酢・ごま油
水	8	豆腐のカレーボール揚げ	豆腐・ひじき・にんじん・豚ひき・カレー粉・海水塩・醤油・パン粉・片栗粉・卵・米油	野菜やわらかくゆでる	ココアラスク	焼肉おにぎり	魚の照り焼き・ほうれん草のソテー
	22	キュウリとアスパラサラダ ごはん 油揚げともやしの味噌汁	アスパラ・にんじん・きゅうり・キャベツ・コーン・ごま・素精糖・米酢・海水塩・なたね油 精白米・胚芽米 油揚げ・もやし・玉葱・青菜・塩蔵わかめ・煮干し・味噌・かつおだし		食パン(卵なし)・マーガリン・素精糖・ココア	精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・海水塩 清酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま	魚・ほうれんそう・コーン・醤油・酒・みりん・バター・海水塩・なたね油 もやし・きゅうり・塩蔵わかめ・ごま・醤油・米酢
木	9	ポークビーンズ	乳児)豚ひき・玉葱・かつおだし・パン粉(幼児)豚もも・玉葱・大豆・にんじん・グリーンピース・菜種油・トマトピューレ・ケチャップ・ウスターソース・海水塩	ひき肉	いしもち	ゆかりおにぎり	鶏肉のごま味噌焼き・キュウリの梅肉和え
	23	貝柱サラダ にんじんごはん かぶとコーンクリームスープ	だいこん・きゅうり・にんじん・ほたて缶・なたね油・米酢・海水塩・醤油 精白米・胚芽米・にんじん・海水塩 かぶ・玉葱・クリームコーン缶・菜種油・海水塩・かつおこんぶだし・牛乳・豆乳・片栗粉	野菜やわらかくゆでる	さつまいも・白玉粉・きな粉・上白糖・海水塩・上新粉	精白米・胚芽米・ゆかり	鶏肉・きゅうり・味噌・醤油・素精糖・ごま・うめ
金	10	三色ごはん	精白米・胚芽米・鶏ひき・素精糖・醤油・ほうれん草・かつおだし・醤油・削り節・にんじん・素精糖・海水塩	野菜やわらかくゆでる	くだもの・牛乳	おかかおにぎり	魚の塩焼き・じゃが芋の炒め煮
	24	ひじきとポテトのごま和え 麩とわかめのすまし汁	ひじき・かつおだし・じゃがいも・きゅうり・ごま・素精糖・海水塩 麩・塩蔵わかめ・長葱・青菜・醤油・海水塩・こんぶかつおだし		薄力粉・強力粉・ベーキングパウダー・バター 素精糖・卵・牛乳・粉チーズ くだもの・牛乳	精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりごま 焼き海苔	魚・じゃがいも・にんじん・海水塩・醤油・なたね油
土	11	五目うどん	干しうどん・油揚げ・豚ひき・ごぼう・にんじん・椎茸・長葱・青菜・醤油・海水塩・酒・かつおだし・こんぶだし	野菜やわらかくゆでる	パン・小魚	< 今月のお知らせ > 5月は連休のため、献立の並び順が変則的です。ご確認ください。	
	25	こふきいも フルーツヨーグルト	じゃがいも・海水塩・青のり ヨーグルト・上白糖・みかん缶・もも缶・干しぶどう		ソフトフランス生地/バターロール生地パン・ジャム 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) くだもの・牛乳	保育園では毎朝、かつおぶしからかつおだしをとっています。(献立によって煮干しだし、こんぶだしも。)良い香りが朝充滿しています。	

\* 乳児)エネルギー415kcal たんぱく質17.3g 脂質13.3g

\* 幼児)エネルギー524kcal たんぱく質22.1g 脂質16.8g

\* 0才児クラスのみ 9時おやつの牛乳(豆乳)があります。 \* 3時のおやつの牛乳は豆乳入りです \* 材料の関係で献立が変更になることもあります。